



س : قارن بين (المدرسة البنائية والسلوكية) - (مدرسة التحليل

النفسى و الجشطلت) - (البنائية - المعرفية) .

المدرسة البنائية	• حددت موضوع علم النفس فى دراسة الخبرة الداخلية الشعورية للفرد - أكدت أن منهج الاستبطان هو المناسب لدراسة هذه الخبرة الشعورية .
المدرسة السلوكية	• نظرت إلى علم النفس على أنه علم دراسة السلوك الذى يمكن ملاحظته وقياسه - ركزت على السلوك كموضوع لعلم النفس وليس الشعور .
مدرسة التحليل النفسى	• أكدت على أثر الدوافع اللاشعورية فى سلوك الفرد - وأن الغرائز والدوافع اللاشعورية تحكم السلوك .
مدرسة الجشطلت	• أكدت على أهمية مرحلة الطفولة المبكرة فى تشكيل شخصية الفرد .
المدرسة المعرفية	• أكدت على أن إدراكنا للأشياء يبدأ بإدراك الصيغة الكلية ، وليس بإدراك الأجزاء والعناصر .
	• مثال ندرك الوجه كاملاً قبل أن ندرك مكوناته من العين والفم إلخ .
	• اهتمت بدراسة العمليات المعرفية العليا عند الإنسان مثل : (الإحساس و الانتباه والإدراك والذاكرة) - استخدم أصحاب المدرسة المعرفية المنهج الموضوعي فى فهم العمليات المعرفية .

٦. عرف (علم النفس - السلوك - المعرفة العلمية - المثير - الاستجابة) .

س : ميز بين المثير الداخلى والخارجى .

المصطلح :	التعريف :
علم النفس :	• هو الدراسة العلمية لكل جوانب السلوك الإنسانى وأحيانا الحيوانى رداً " على مختلف المنبهات .
السلوك :	□ هو كل ما يصدر من استجابات لنشاط داخلى لا يمكن ملاحظته وسلوك خارجى يمكن ملاحظته .
المثير :	• هو أى عامل داخلى أو خارجى يثير نشاط الكائن الحى أو يغيره أو يوقفه ويكفه .
الاستجابة :	أ- المثيرات الداخلية : هى التى تأتى من الداخل قد تكون نفسية مثل الخوف أو تكون فسيولوجية مثل تقلصات المعدة .
	ب- المثيرات الخارجية : هى التى تأتى من الخارج قد تكون طبيعية مثل رؤية ثعبان أو اجتماعية مثل مقابلة صديق بعد غياب .
	• نشاط يقوم به الإنسان أو الكائن الحى عموماً كاستجابة لموقف يواجهه أو منبه ينبهه أو مثير يثيره .
	• مثال: تناول الطعام هو الإستجابة الطبيعية لدافع الجوع، والضيق هو الإستجابة الإنفعالية لما يؤلم الكائن الحى، والسرور الإستجابة الإنفعالية لما يلائم الكائن الحى ويفيده .
المعرفة العلمية:	• هى أسلوب الوصول للمعلومات وليس تأكيد المعلومات - و العلم هو سلسلة مترابطة من الحقائق والمفاهيم والقوانين التى تم التوصل إليها عن طريق التجارب والملاحظة المنظمة .

إبداع المواد الفلسفية

١. علم النفس من العلوم الحديثة نسبياً - فسر ذلك .

لأن علم النفس رغم أن له ماضى طويل يتمثل فى :
• التراث الشرقى القديم عند الفرس والهنود
• التراث الغربى عند فلاسفة اليونان (سقراط - أفلاطون - أرسطو)
• إلا أن تاريخه العلمى قصير حيث أنه لم يظهر كعلم محدد الموضوع والاهتمامات إلا فى الربع الأخير من القرن التاسع عشر .

٢. حدد إسهامات الفلسفة اليونانية فى نشأة علم النفس .

س : أهتم اليونانيون القدماء بدراسة ماهية النفس - برر صدق العبارة

• أهتم اليونان بدراسة ماهية النفس . (صح)

• بداية مصطلح العلم النفس عند اليونان القدماء . (صح)

• اهتمت بدراسة ماهية النفس، ربطت بين علم النفس والروح - الروح عندهم هي سبب كل أنواع السلوك من أحلام وتفكير وحس وإدراك وحركة .

٣. حلل جهود فونت فى تطوير علم النفس ؟

س : لقد كان لفونت إسهامات متعددة فى علم النفس - أكد صدق العبارة .

س : تركزت جهات فونت التجريبية على ثلاث محاور . (صح)

١- أنشأ فونت أول معمل تجريبي لعلم النفس فى العالم بجامعة ليبزغ بألمانيا عام ١٨٧٩ م
٢- تحدد موضوع علم النفس فى هذه المرحلة فى دراسة الشعور أو الوعى

٣- أسس مجلة الدراسات الفلسفية عام ١٨٨١ م .

• ومجالات الدراسة فى معمل فونت هي :

- عمليات الإدراك الحسى - الطبيعة النفسية : العلاقة بين المثيرات الحسية والاستجابات .

- دراسة زمن الرجوع وهو الفاصل الزمنى الذى يفصل بين ظهور المثير وحدوث الاستجابة .

٤. مرحلة الاستقلال من مراحل تطور علم النفس - ناقش .

• اتفق العلماء على إرتباط علم النفس بعلم الفسيولوجى . (خطأ)

• عارض بعض العلماء إرتباط علم النفس بعلم الفسيولوجى : لذلك بدأ علم النفس يستقل بنفسه عن التبعية لآى علم وموضوعه هو دراسة السلوك الظاهر بدلاً من دراسة الشعور ومنهجه هو الملاحظة والتجربة .

٥. حدد صحة أو خطأ العبارات الآتية مع التعليل :

• أكدت المدرسة البنائية على منهج الاستبطان . (صح)

• أكدت المدرسة البنائية على الخبرة الشعورية للفرد . (صح)

• السلوك يمكن قياسه عند المدرسة السلوكية . (صح)

• اهتمت المدرسة السلوكية بالشعور . (خطأ)

• يتشابه موضوع علم النفس عند المدرسة البنائية و السلوكية . (خطأ) .

• اللاشعور من أساسيات مدرسة التحليل النفسى لتفسير السلوك .

• أكدت مدرسة الجشطلت على دراسة الإدراك . (صح)

• أكدت المدرسة المعرفية على العمليات العقلية . (صح)

• السلوك مجرد إستجابة بسيطة عند المدرسة المعرفية . (خطأ)

• استخدمت المدرسة المعرفية المنهج التجريبي فى دراسة السلوك . (خطأ) .

٧. هناك نوع واحد من الأنشطة التي يمارسها الإنسان . (صح)

الأنشطة العقلية	الأنشطة الإنشائية	الأنشطة الاجتماعية
تتمثل في: التفكير – الإبداع – التذكر – التعلم – الإنتباه.	تتمثل في: الفرح – الحزن – الحب – الكراهية – الخوف والغضب.	تتمثل في سلوك: اللعب – التعاون – العدوان – المشي – الكتابة.

٨. يهدف علم النفس إلى (فهم السلوك و تفسيره – التنبؤ بالسلوك –

ضبط السلوك) . حلل / برهن صحة العبارة .

فهم وتفسير السلوك الإنساني	• معرفة جميع جوانب السلوك و وصفها وتفسيرها مثل : تفسير سلوك ركوب السيارة بالذهاب الى المدرسة أو نزهة .
التنبؤ أو توقع حدوث السلوك	هو توقع حدوث السلوك مستقبلا إذا توفرت الاسباب نفسها – مثال : اذا عرفنا بان طالب ما يتسم بالذكاء والمثابرة فاننا نتوقع ان له مستقبل مرموق .
ضبط السلوك والتحكم فيه وتوجيهه	ضبط الظروف والتحكم فيها بشكل يؤدي الوصول لهدف معين مثل (تقليل الفاقد من الطاقات البشرية - تحسين عملية التعلم - تحقيق الصحة النفسية . • مثال : توفير الظروف التي تحقق تفوق الطلاب، وترفع روحهم المعنوية .

٩. صح أم خطأ : تهدف المجالات الأساسية لعلم النفس إلى التطبيق

العلمي للقوانين التي يتم التوصل إليها . (خطأ)

• تركز على هدفين لعلم النفس هما : التفسير والتنبؤ دون الاهتمام بالتطبيق، حيث تهدف الى اكتشاف القوانين والمبادئ العامة التي تفسر السلوك وتنبأ بها دون الاهتمام بتطبيقها .

١٠. ميز بين علم النفس العام و علم النفس المعرفي ؟

س :- ميز بين علم النفس الفسيولوجي و النمو ؟

س :- ميز بين علم النفس الاجتماعي و علم النفس الفارق ؟

علم النفس المعرفي	• يهتم باكتشاف العمليات المعرفية الداخلية (الاحساس – الانتباه – الادراك) • يستخدم في تعديل السلوك باستخدام العلاج المعرفي السلوكي
علم النفس العام	١ - وهو المدخل لكل العلوم النفسية والأساس النظري لكل فروع علم النفس . ٢ - يهتم بالقوانين العامة التي تفسر السلوك. ٣ - من موضوعاته الدوافع والانفعالات/الاحساس والإدراك/ الشخصية والذكاء
علم النفس الفسيولوجي	١ - دراسة الأسس الفسيولوجية للسلوك ٢ - دراسة الجهاز العصبي. ٣ - دراسة وظائف الغدد والأعضاء وتأثيرها على السلوك.
علم نفس النمو أو الارتقائي	١ - يهتم بالنمو والارتقاء الإنساني والعوامل التي تشكل السلوك منذ لحظة الإخصاب حتي الشيخوخة ٢ - يهتم بدراسة التغيرات التي تطرأ على الفرد في مراحل نموه
علم النفس الاجتماعي	١ - الاهتمام بتأثير سلوك الفرد بالمجتمع . ٢ - الاهتمام بتأثير الفرد في الآخرين . ٣ - ومن موضوعاته الشائعات والتعاون والتنافس
علم النفس الفارق	١ - الاهتمام بدراسة الفروق بين الأفراد أو الجماعات أو بين الذكور والإناث وذلك لمعرفة أسباب هذه الفروق ٢ - يساعد في عملية التوجيه المهني والتعليمي ٣ - يبين كيف يختلف الأفراد مستخدما الاختبارات والمقاييس النفسية أما علم النفس العام يبين كيف يتشابه الأفراد

إبداع المواد الفلسفية

١١. ميز بين علم النفس التربوي و الصناعي .

س :- ميز بين علم النفس التجاري و علم النفس الحربي .

س :- ميز بين علم النفس الإكلينيكي و علم النفس البيئي .

• علم النفس الإكلينيكي من المجالات التطبيقية لعلم النفس – أكد

صدق العبارة .

س : ميز بين علم النفس العسكري و علم النفس السياسي .

• يعد علم النفس السياسي ذات صلة وثيقة بالعديد من العلوم

الأخرى – ما رأيك .

المجال	اهتماماته وموضوعاته
علم النفس التربوي	١ - يهتم بتطبيق قوانين علم النفس في مجال التربية والتعليم ٢ - يهتم بتطبيق قوانين التعلم في عملية التدريس ٣ - دراسة خصائص مراحل النمو المختلفة ليتم وضع المناهج الدراسية التي تتناسب مرحله نمو الطلاب .
علم النفس الصناعي	١ - يهتم بتطبيق قوانين علم النفس في مجال الصناعة ٢ - يهتم بتحقيق الرضا النفسي والمهني للعاملين وذلك باختيار العمل المناسب له وتدريبه عليه
علم النفس التجاري	١ - يهتم بتطبيق قوانين علم النفس في مجال التجارة ٢ - يهتم بدراسة العوامل النفسية التي تؤثر في المستهلكين وكيفية جذبهم لشراء سلعة معينة
علم النفس الحربي	١ - يهتم بتطبيق قوانين علم النفس في المؤسسات العسكرية ٢ - يهتم بالاختيار الدقيق للجنود والضباط وتوجيههم الي المهمة التي تناسبهم . ٣ - يهتم برفع الروح المعنوية للقادة والمحاربين لتحقيق النصر في المعارك من خلال الدعاية والحرب النفسية
علم النفس الاكلينيكي أو العيادي	١ - يهتم بدراسة أسباب الاضطرابات النفسية والعقلية كالقلق والهستيريا ٢ - يهتم بدراسة أثر المرضي النفسي في الإصابة بالأمراض الجسمية
علم النفس البيئي	١ - يهتم بدراسة العلاقة بين الإنسان وبيئته ٢ - يهتم بدراسة المشكلات البيئية كالتلوث والازدحام والضوضاء والتلوث
علم النفس السياسي	- يهتم بفهم السلوك السياسي من منظور نفسي - تعتبر العلاقة بين علم النفس والسياسة ثنائية الاتجاه حيث يستخدم العلماء (علم النفس كمراه لفهم السياسة) وكذلك (السياسية كمراة لفهم علم النفس) هذا العلم متعدد الاختصاصات لأنه يأخذ مادته من (علم الإنسان – علم الاجتماع – الاقتصاد الخ) يهتم بفهم العلاقات المترابطة بين الأفراد والمواقف التي تتأثر بالمنظمات يتم تطبيق النظرية السياسية في العديد من العمليات (الدور القيادي – التطرف السياسي)

١٢. عرف منهج الاستبطان .

• الاستبطان هو : "ملاحظة الفرد لنفسه وتأمله لذاته ليخبرنا عما يدور

بداخله من أفكار ومشاعر وأحاسيس" - مثال : أو حين نخبر الطبيب

بما نحسن به من آم .

إبداع المواد الفلسفية

١٣. هنالك عدة مبررات استخدام منهج الاستبطان - بين بالأمثلة

س : منهج الاستبطان لا غنى عنه في علم النفس - دلل بالأمثلة

١- دراسة بعض الظواهر النفسية : كأحلام النوم أو أحلام اليقظة ، وما يشعر به الفرد

٢- الاستفتاءات الشخصية : عندما يطلب من الفرد الإجابة تحريريا" أو شفويا" عن مجموعة من الأسئلة

٣- العلاج النفسي : حيث يستمع المعالج إلى ما يروي به المريض عن مشاعره ومخاوفه

١٤. وضح أوجه النقد الموجه لمنهج الاستبطان .

سعدن استخدام منهج الاستبطان يجب مراعاة بعض الاعتبارات . وضح

١- أن الشخص الذي يصف مشاعره قد يعتمد تضليل الباحث وخداعه

٢- أن الشخص أثناء الاستبطان ينقسم إلى باحث ومبحوث

٣- يصعب استخدامه مع الأطفال . ٤- يصعب استخدامه في مواقف التفكير العميق

١٥. قارن بين المنهج التجريبي و الشبه تجريبي ؟

• صح أم خطأ : يستطيع الباحث أن يتحكم في كل المتغيرات عند

استخدام المنهج التجريبي . (صح)

س :- عرف المنهج الشبه التجريبي .

س : للمنهج الشبه تجريبي عدة استخدامات - دلل بمثال .

المنهج التجريبي	المنهج الشبه تجريبي
دراسة اثر متغير علي متغير اخر بطريقة تعتمد على التحكم الكمي الصارم في المتغيرات مع عزل المتغير الدخيل . <u>مثال</u> : أثر الضوضاء علي التحصيل الدراسي .	• دراسة العلاقة بين متغيرين علي ما هما عليه في الواقع دون التحكم في المتغيرات
١. وهو التحكم الكمي الصارم في المتغيرات التي تصنف إلى : (أ) متغير مستقل : المراد معرفة مدي تأثيره(الضوضاء) (ب) متغير تابع : المراد معرفة مدي تآثره(التحصيل الدراسي) (ج) متغير دخيل : المراد عزله وعدم دخوله أثناء التجربة .	• عندما يتعذر استخدام المنهج التجريبي لاعتبارات أخلاقية واجتماعية ودينية وقانونية مثل تعاظم الكحوليات أو الادمان • مثال : حين يقارن الباحث بين سلوك مجموعة من مدمني المخدرات ومجموعة من غير المدمنين في التذكر
٢. استخداماته : (أ) مجموعة تجريبية : تتعرض للمتغير المستقل. (ب) مجموعة ضابطة : لا تتعرض لمتغير المستقل . (ج) المعالجة التجريبية : تعريض المجموعة التجريبية للمتغير المستقل	
٣. التقويم : المقارنة بين المجموعتين وبيان اثر المتغير المستقل علي المجموعة التجريبية ومقارنتها بالمجموعة الضابطة .	

شروط الاستخدام

إبداع المواد الفلسفية

١٦. يستخدم المنهج الاكلينيكي في مجالات عدة - برهن بالأمثلة .

• أساس هذا المنهج :

• دراسة الحالة وهي إجراء بحث تفصيلي شامل عميق عن شخص واحد يمثل الظاهرة المراد دراستها

• يستخدم هذا المنهج في :

• العيادات النفسية : لعلاج اضطرابات الشخصية والأمراض النفسية

• التوجيه المهني : حيث يتم معرفة قدرات الفرد لتوجيهه الي المهنة التي تناسبه .

• يتطلب هذا المنهج :

• دراسة تاريخ حياة الفرد - دراسة البيئة الإجتماعية التي يعيش فيها الفرد .

• (إعطاء الفرد بعض الاختبارات النفسية) لتكوين صورة شاملة ومتكاملة عن شخصية الفرد .

١٧. ميز بالأمثلة بين الطريقة الطولية و المستعرضة .

الطريقة الطولية	الطريقة المستعرضة
• تتبع ظاهرة ما أو فرد أو مجموعة أفراد لفترة زمنية طويلة مثال تتبع نمو فرد أو أكثر لفترة زمنية طويلة	• تتبع ظاهرة ما أو عينة كبيرة من الأفراد في سن معين حتى يصل لصفات التي تميز النمو في هذه المرحلة



01125994860



أحمد الشافعي





الوحدة الثانية .. الدوافع والإنفعالات

والتحصيل والتفوق .. والتفوق والتفوق

١. حدد المقصود (الدافع - الحاجة - الباعث - الحافز) .

س : يرتبط مفهوم الدافع بالعديد من المفاهيم الأخرى مثل الحاجة و الحافز و الباعث - حلل هذه العبارة .

١- الدافع : هو قوة داخلية (توتر داخلي) تدفع الفرد الى القيام بسلوك يؤدي الى إشباع حاجة .

مثال : يعد الجوع دافع لأنه يحرك الفرد للبحث عن الطعام .

٢- الحاجة : هي شعور الفرد بافتقاده لشيء ما مما يؤدي إلى توتره الذي يدفعه إلى القيام بنشاط معين يؤدي إلى إشباع الحاجة .

٣- الحافز : الموجه الداخلي المحرك للدافع فهو الذي يدفع الفرد من الداخل للقيام بسلوك معين بهدف إشباع حاجة

٤- الباعث : هو شيء خارجي مادي أو اجتماعي يستثير الدافع الذي يدفع الفرد إلى القيام بسلوك ما .

٢. حدد ثلاث من خصائص الدوافع .

س : صح أم خطأ : تحدث الدوافع الفطرية الفسيولوجية بشكل دوري

(صح) تحدث الدوافع الفسيولوجية بشكل دوري . (صح)

س : صح أم خطأ : تتناسب قوة الدافع عكسياً مع الجهد المبذول

إرضاء الدافع (خطأ) • الدوافع الشخصية ليست دورية . (صح)

• الدافع الأضعف تكون له الأولوية في الإشباع . (صح)

الخصائص	الوصف والتفصيل
الدوافع قوى داخلية لا نلاحظها مباشرة	فنحن نستدل عليها من السلوك الصادر عنها فإذا كان السلوك متجهاً نحو الطعام مثلاً استنتجنا دافع الجوع
تعد قوى محركة وموجهة للسلوك في أن واحد	فهي تجعل الفرد في حالة نشاط مستمرة لا تتوقف حتى تتحقق الأهداف أو إشباع حاجة .
تتناسب قوة الدافع طردياً مع الجهد المبذول لإرضائه	فكلما زادت قوة الدافع زاد الجهد المبذول لإشباعه . مثال : الفرد الذي لم يأكل لمدة يوم كامل يبذل جهداً لإشباع دافع الجوع أكبر من جهد الشخص الذي لم يمض على تناوله للطعام سوى أربع ساعات فقط .
تتسم طريقة إشباع الدافع بالمرونة	فالفرد إذا وجد الطريقة التي يسلك بها لإشباع الدافع لا تحقق أهدافه فإنه يحاول تغيير هذه الطريقة بطريقة أخرى تحقق له الهدف .
الدافع الأقوى عند الفرد تكون له الأولوية في الإشباع	مثال : إذا شعر الفرد بحالتى جوع وعطش شديدين فإن الأولوية تكون لطلب الماء قبل طلب الطعام ذلك لأن الجسم يستطيع تحمل الجوع لفترة أطول من العطش .
تظهر الدوافع الفطرية الفسيولوجية (الجوع والعطش والجنس) بشكل دوري	فهي تمر بدورة كاملة : • تبدأ بظهور الحاجة وما يصاحبها من توتر ثم مرحلة الإشباع ثم يتوقف السلوك بعد الإشباع إلى حين تظهر الحاجة من جديد . • أما الدوافع الاجتماعية والشخصية فهي ليست دورية حيث أن قوتها لا تنخفض بعد الإشباع بل تزداد قوة • مثال : الحاجة الي التفوق والحاجة إلى جمع المال والثروة

٣. حدد تعريف الدوافع الفطرية " الأولوية " .

س : صح أم خطأ : كل الدوافع الأولية ترتبط بحفظ الحياة . (خطأ)

• هي الدوافع التي يولد الفرد مزوداً بها

• ترتبط بحفظ حياة الفرد مثل : دوافع التنفس والعطش والجوع

والإخراج والنوم .

• وقد ترتبط بحفظ بقاء النوع مثل دافعى الجنس والأمومة .

٤. حدد أهمية الدوافع في حياتنا اليومية ؟

س : تحقق الدوافع العديد من الفوائد . (صح) (برر صدق العبارة)

١. تزيد من فهم الإنسان لنفسه وللآخرين .

٢. تساعدنا على التنبؤ بسلوك الآخرين .

٣. تنشيط سلوك الفرد وتمده بالطاقة اللازمة لتحقيق الهدف .

٤. توجه سلوك الفرد نحو الهدف فالجائع يتجه نحو الطعام .

٥. تعمل على استمرار السلوك حتى يتحقق الهدف .

٦. ضرورة للمعلمين لتحفيز الطلاب والعمال واللاعبين .

٥. صنف الدوافع الفطرية الفسيولوجية .

• صح أم خطأ : يعد دافع الأمومة من الدوافع الفسيولوجية الخاصة

• عدم إشباع الدوافع الفسيولوجية ذات الطابع الاجتماعي يؤدي

لفناء الفرد . (خطأ)

١- دوافع فسيولوجية خالصة	• وهى الدوافع التي يترتب على عدم إشباعها موت الفرد مثال دوافع التنفس والعطش والجوع والنوم والاحتفاظ بدرجة الحرارة داخل الجسم
٢- دوافع فسيولوجية ذات طابع اجتماعي	• تقوم على أساس فسيولوجي واجتماعي وتحتاج في إشباعها الي اشتراك الفرد مع فرد آخر . • ولا يترتب على عدم إشباعها فناء الفرد وإنما يترتب على عدم إشباعها فناء النوع . • تتشكل وفقاً لمعايير وقيمة الثقافية والدينية والاجتماعية للمجتمع مثال : (دافع الأمومة) - (الدافع الجنسي)

٦. حدد تعريف الدوافع الثانوية المكتسبة (النفسية و الاجتماعية) .

س : صح أم خطأ : الدافع الثانوي يكتسب بالخبرة . (صح)

• هي دوافع ترتبط بالبناء أو التكوين النفسي والاجتماعي للفرد

• هي تكتسب بالتعلم والخبرة والممارسة والتدريب والتقليد من البيئة

والمجتمع الذي ينشأ فيه الفرد وتنشأ نتيجة تجارب الحياة مثل : (الانجاز - الانتماء) .

٧. صنف الدوافع الثانوية المكتسبة .

• تتشابه الدوافع الشخصية بين الأفراد . (خطأ)

دوافع اجتماعية عامة	• وهى دوافع مشتركة بين جميع أفراد الإنسان بسبب تقارب الظروف الاجتماعية والبيئية العامة • يكتسبها كل إنسان من خبراته اليومية وتفاعله الاجتماعي مع بيئته ومجتمعه مثال : دوافع المشاركة الاجتماعية والانجاز والانتماء والتملك والتقليد .
دوافع شخصية أو فردية	• هى دوافع يتميز بها الأفراد بعضهم عن بعض ويختص بها البعض دون البعض الآخر • بسبب اختلاف الظروف النفسية والاجتماعية التي ينشأ فيها الفرد مثال حب الاستطلاع - تحقيق الذات



٨. حدد المقصود بالانفعالات .

س : صح أم خطأ : تنشأ الانفعالات عن مصدر نفسي . (صح)

• تعد الانفعالات حالة وجدانية . (صح)

• حالة وجدانية عامة : تشمل الفرد كله (جسمه ونفسه) تنشأ عن مصدر نفسي، كاستجابة لإعاقة السلوك أو التفكير المعتاد، وتؤثر هذه الحالة الوجدانية حسب شدتها في سلوك الفرد أو تعبيراته الظاهرة وخبراته الشعورية ووظائفه الفسيولوجية .

• مثال : الخوف - الفرح - الغضب - السرور .

٩. أذكر الجوانب الفسيولوجية للانفعال .

• يتمثل مجموعة التغيرات الجسمية الناتجة عن الانفعالات مثل : سرعة ضربات القلب - سرعة التنفس - اتساع حدقة العين - جفاف الحلق - ارتفاع ضغط الدم - ارتفاع سكر الدم - انقباض الأوعية الدموية (الخوف) أو تمددها (الغضب) - زيادة إفراز الغدة الدرقية والعرق .

١٠. ميز بين الجانب الشعوري والجانب الجسمي (الظاهري) .

الجانب الشعوري (الخبرة الذاتية)	الجانب الجسمي الخارجي
• التقدير المعرفي للموقف هو الذي يحدد شدة الانفعال ونوعه	• تشمل مجموعة التعبيرات الظاهرة والحركات والأوضاع والألفاظ والإيماءات والإشارات ونبرة الصوت وحدقة العين وغيرها .
• مثال : إذا رأيت سيارة مسرعة نحوك فانك سوف تخاف ولكن إذا علمت انها جزء من لعبة في الملاهي فان خوفك سوف يقل .	

١١. برهن على أهمية الانفعالات .

س : صح أم خطأ : ينفلخ الإنسان عندما تكون دافعيته قوية . (صح)

• فوائد الانفعالات تشمل جميع الانفعالات . (خطأ)

• تعبيرات الوجه تحدد الانفعالات . (صح)

• الانفعالات والأحاسيس العاطفية تديم المحبة بين الناس وتحافظ على كيان الأسرة والمجتمع .

• الانفعالات قوة دافعة للفرد الي تنظيم سلوك الفرد وتوجيهه وجهة ايجابية .

مثال : الخوف حالة شعورية خاصة وهو في الوقت نفسه تاهب للهروب .

• تساعد التعبيرات الفسيولوجية التي تصاحب الانفعالات على حفظ حياة الفرد لمواجهة الطوارئ

مثال : عند الانفعال تزداد كمية السكر في الدم ويتدفق الدم في الأطراف وهذا يساعد على شحن الطاقة وزيادة الجهد

• تخدم التعبيرات الظاهرة للانفعالات كتعبيرات الوجه عملية التخاطب بين الناس والتواصل معهم وتقديم الاستجابة الملائمة.

مثال : بالنظر الي شخص خائف يدل على وجود خطر وبالتالي نقدم له العون .

إبداع المواد الفلسفية

١٢. كيف يمكن الحكم على الانفعالات ؟

س : الحكم على الانفعال يقاس بنتائجه والأهداف - أكد صدق العبارة

• قد يكون الخوف ايجابيا عندما يدفع صاحبه للتعامل المناسب مع الخطر الخارجي .

• الغضب قد يكون ايجابيا اذا أعان صاحبه على التخلص من الضغوط الخارجية دون أضرار.

• الفرح قد يكون سلبي اذا تحول الي شماته في مصائب الناس

• الحب قد يكون سلبي اذا خلق بذور التعصب الأعمى تجاه من نحب .

١٣. يتميز الإنسان الناضج ببعض السمات - ناقش

س : هناك عدة خصائص (خصائص) الإنسان الناضج افعاليا في

سلوكياته و تصرفاته - أذكرها .

١- يتحرر من الميول والاتجاهات السلبية كالأنانية والتواكل والخوف من تحمل المسؤولية.

٢- لا تتلاعب به المثيرات التافهة كما تتلاعب بمن يعانون من اضطرابات الشخصية .

٣- التعبير عن الانفعالات بصورة متزنة بعيدا عن التشنجات ويقبل ويرفض الأراء بهدوء وثبات .

٤- ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعال .

٥- يتحمل الحرمان ويؤجل الذات العاجلة لبعض الوقت حتى تنهيا الفرص المناسبة لإشباعها .

١٥. ما النتائج المترتبة على الانفعال المعتدل ؟

• يزيد الخيال خصوصية

• ينشط التفكير

• يساهم في تدفق المعاني والأفكار

• يقوى الرغبة في مواصلة العمل والانجاز والإنسجام النفسي

• التواصل الاجتماعي السليم مع الآخرين .

١٤. أذكر الآثار السلبية للانفعالات الشديدة .

س : الانفعالات الشديدة آثار سلبية - أذكرها .

س : دلل على الآثار السلبية للانفعال الشديد .

س : ما النتائج المترتبة على : الانفعالات الحادة والعنيفة للفرد .

١) تشوه الإدراك : فالمنفعل لا يرى في خصمه إلا عيوبه، ولا يرى في حبيبه إلا محاسنه .

٢) إضعاف القدرة على التذكر: فالطالب لا يتذكر الاجابة بسبب الخوف الشديد من الامتحان ويتذكرها فور خروجه منه .

٣) الجمود الفكري وتعطيل التفكير السليم : فيعنيه الانفعال عن رؤية الحقائق ويجمده في فكرة واحدة، ويحرمه من الهدوء والتأمل اللازمين للتفكير السليم .

٤) اندفاع الفرد الى السلوك الغير مهذب .

٥) الوقوع فريسة للاستهواء : قبول آراء الآخرين دون نقد أو تمحيص، وتصديق الشائعات .

